

Vorbeugen ist besser – aber noch zu selten

Viele Krankenkassen bemühen sich, mit attraktiven Kursen die Versicherten zu mehr Fitness anzureizen. Noch aber sind solche Angebote nicht optimal gestaltet.

VON GABI STIEF

Mag sein, dass manche Friedrich Schütte für einen Spinner halten. Für die, die ihn näher kennen, ist er ein Überzeugungstäter. Denn der Krankenkassenchef aus Obernkirchen gehört zu jenen Menschen, die sich für eine Idee begeistern können und nicht lockerlassen, bis sie diese umgesetzt haben. Egal, wie verschroben sie klingt. Friedrich Schütte hat sich vor drei Jahren vorgenommen, aus Obernkirchen, einem 10 000-Seelen-Ort im Schaumburger Land, die gesündeste Stadt Deutschlands zu machen. Es gibt zwar nach wie vor Ärzte in der Stadt, die gut zu tun haben, aber Schütte kann durchaus zufrieden sein. Mehr als 5000 Menschen beteiligen sich mittlerweile an dem Projekt.

Schütte und seine BKK 24 starteten die Aktion 2011 mit einer schlichten Frage: „Wollen Sie länger leben?“, stand am Ende eines Schreibens, in dem die Obernkirchner um Auskunft über ihre Gewohnheiten wie Rauchen oder sportliche Hobbys gebeten wurden. Der Fragebogen folgte den Empfehlungen der sogenannten EPIC-Studie. 23 Forschungsinstitute hatten zehn Jahre lang erkundet, was Menschen anders machen, die länger leben. Das Ergebnis war eine Checkliste, die verspricht, die Lebenserwartung um 14 Jahre zu steigern: Nicht rauchen, wenig Alkohol trinken, drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Obst am Tag verzehren und sich täglich mindestens eine halbe Stunde lang bewegen. Schüttes fixe Idee: Obernkirchen sollte ein Musterknabe in Sachen Prävention werden.

Unter dem Motto „Länger besser leben“ bietet die kleine BKK mittlerweile ein breites Angebot an Beratung, Gesundheitschecks, Kursen und Gesundheitsreisen. 170 Partner, darunter fast alle Vereine des Ortes, sind mit dabei. Schütte gründete einen Expertenbeirat, gewann die frühere Gesundheitsministerin Ulla Schmidt als Schirmherrin und holte die Stadtspitze mit ins Boot. Demnächst will Schütte auch die Hannoveraner mit seiner Vorsorge-Idee beglücken.

Die Konkurrenz dürfte härter sein als im überschaubaren Schaumburger Land. Keine der 132 gesetzlichen Krankenkassen kann es sich noch leisten, auf Wohlfühler zu verzichten. Die AOK Schleswig-Holstein brüstet sich mit 600 eigenen Gesundheitskursen, einschließlich Reisen mit Entspannungstraining im Ur-



Bewegung hält gesund – so wie in diesem Kursus, der Fitness im Alter vermitteln soll. Experten verlangen, derartiges strenger vorzugeben.

Foto: dpa

laubshotel. Die BKK Essanelle wirbt mit chinesischen Heilmethoden an der Saarschleife. Die Barmer GEK erfreut ihre Mitglieder mit personenbezogenen Gesundheitskonten, von denen Kursgebühren erstattet werden.

Das Engagement ist nicht freiwillig, sondern vom Gesetzgeber verordnet. Rund drei Euro pro Versicherten müssen die Kassen jährlich für Präventionsmaßnahmen ausgeben. 2012 waren das insgesamt 238 Millionen Euro. 80 Prozent des Budgets werden für die Rückenschule, die Laufgruppe oder den Raucherentwöhnungskurs ausgegeben. Ob der Kurs sinnvoll ist oder der Anbieter seine Sa-

che versteht, wird in den seltensten Fällen geprüft – eine Zertifizierung wird nur empfohlen, mehr nicht.

Experten wie Rolf Rosenbrock fordern seit Längerem, die Gesundheitsförderung endlich aus der Wellnessoase in die „Lebenswelt“ zu holen. Nur etwa 20 Prozent des Millionenbudgets werden bislang für Projekte in Kitas, Schulen oder Betrieben ausgegeben. Das Sozialgesetzbuch schreibt zwar vor, dass Prävention auch „ein Beitrag zur Verminderung sozial bedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen“ sein sollte. Aber klare Regeln gibt es nicht.

Unter den Finanziers der 16 000 Kita-

Projekte finden sich vor allem die großen Kassen. In Brandenburg schickte die AOK ihr Puppentheater „Henriette“ in die Kindergärten, um zu erzählen, wie gut Obst schmeckt. In Leipzig berät die Kasse in einem Problemviertel Mütter, was gut ist für ihre Kinder. Und gerade erst hat der AOK-Bundesverband mit dem Deutschen Handballbund vereinbart, den Schulsport zu fördern.

Auch immer mehr Betriebe entdecken die Gesundheitsförderung. 8155 Unternehmen waren 2012 in Kooperation mit den Kassen aktiv. Der MedizinproduktHersteller Aesculap stiftete seinen Beschäftigten für eine halbe Million

Euro ein Gesundheitszentrum. Die Nürnberger Jugendamtsmitarbeiter besuchten Seminare, um zu lernen, wie man mit Stress umgeht.

Für den Berliner Gesundheitswissenschaftler Rosenbrock passiert dennoch viel zu wenig. Zudem werde meist das Falsche gemacht. Die Tatsache, dass in Deutschland arme Menschen im Schnitt zehn Jahre kürzer lebten als wohlhabende Menschen und ein großer Teil der Erkrankungen durch Prävention verhütet werden könnte, hält er für eine enorme Herausforderung an die Gesundheitspolitik. „Die Verhütung von Krankheiten muss endlich den gleichen Rang erhal-

ten wie Medizin, Pflege und Rehabilitation“, sagt Rosenbrock. Ein Präventionsgesetz sei überfällig. Die Politik sieht das genauso. Eigentlich.

Die rot-grüne Koalition war die erste Regierung, die das Thema 2005 auf die politische Agenda setzte. Zweimal versuchte Gesundheitsministerin Ulla Schmidt, ein Gesetz zu verabschieden. Der Bundesrat verweigerte die Unterschrift. So erging es auch FDP-Minister Daniel Bahr im vergangenen Jahr. Er wollte die Ausgaben der Kassen für Prävention auf eine halbe Milliarde Euro verdoppeln und Vorgaben für Vorsorgeprojekte festschreiben. Die Länderkammer warf Bahr vor, die Aufgabe „völlig unzureichend“ regeln zu wollen.

Gesundheitsminister Hermann Gröhe (CDU) ist gerade dabei, einen vierten Versuch zu wagen. Seit Wochen wird mit Verbänden beraten. Gröhe plant wie seine Vorgänger, den Pflichtbeitrag der Kassen für die Vorsorge deutlich zu erhöhen. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung soll zu einer Präventionsagentur ausgebaut werden. Doch die Aussichten sind trübe. Den Starttermin Januar 2015 hat der Minister intern gerade verschoben. Union und SPD streiten über wesentliche Inhalte; Bund und Länder, wie in den Jahren zuvor, über die Finanzierung.

Gut, dass sich die Wissenschaft von dem Gezerre nicht beirren lässt. Wenn es demnächst um die Frage geht, wie bestimmte Erkrankungen am besten zu verhindern sind, kann die Uni Leipzig mitreden. Die Gesundheitsstudie „LIFE“, die 2009 gestartet wurde und mit 40 Millionen Euro vom Land Sachsen und der EU gefördert wird, will klären, welchen Einfluss Lebensstil, Umwelt und erbliche Anlagen auf die Entstehung von Zivilisationskrankheiten haben. Zwei Millionen Datensätze von mehr als 20 000 Leipzigern wurden für die Langzeitstudie bereits angelegt; in der Biobank lagern eine halbe Million Blutproben.

Matthias Nüchter, Geschäftsführer von „LIFE“, ist überzeugt, dass in Leipzig Präventionsgeschichte geschrieben wird. Allerdings warnt er vor der Vorstellung, es könnte am Ende eine Checkliste auf dem Tisch liegen, die man nur einhalten muss, um länger zu leben. Es werde stattdessen viele Einzelempfehlungen geben. Eine davon lautet: Nicht nur Sport und geistige Fitness senken das Demenzrisiko. Auch das eigenständige Arbeiten schützt. Chef werden, so lautet die Empfehlung, ist Prävention.